

【 03/01 ~ 03/08 】 スケジュール							
03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
日	月	火	水	木	金	土	日
		10:30 ~ 11:30 Waist Wakana.W 12:00 ~ 13:00 Basic Chika.U 13:30 ~ 14:30 Back & Arm Wakana.W	10:30 ~ 11:30 Basic Chika.U 12:30 ~ 13:30 Waist Wakana.W		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Chika.U 12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Nazuna.A 13:30 ~ 14:30 Basic Chika.U 15:00 ~ 16:00 Waist Wakana.W	10:30 ~ 11:30 Basic Chika.U 12:00 ~ 13:00 Back & Arm Nazuna.A 13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Nazuna.A 17:30 ~ 18:30 Basic Nazuna.A	
close	close	close	close	close	close	close	close
		17:30 ~ 18:30 Waist minami.T 19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning Chika.U 20:30 ~ 21:30 Basic minami.T	17:30 ~ 18:30 Basic Nazuna.A 19:00 ~ 20:00 Back & Arm Wakana.W 20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Nazuna.A	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Nazuna.A 19:00 ~ 20:00 Waist Wakana.W 20:30 ~ 21:30 Basic Nazuna.A	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Wakana.W 19:00 ~ 20:00 Basic Nazuna.A 20:30 ~ 21:30 Waist Wakana.W		close

【 03/09 ~ 03/16 】 スケジュール							
03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16
月	火	水	木	金	土	日	月
		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Wakana.W 12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Nazuna.A 13:30 ~ 14:30 Waist Wakana.W	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Chika.U 12:30 ~ 13:30 Back & Arm Wakana.W 17:30 ~ 18:30 Basic YURIE.H	10:30 ~ 11:30 Waist Wakana.W 12:00 ~ 13:00 Basic Nazuna.A 13:30 ~ 14:30 Back & Arm Wakana.W 15:00 ~ 16:00 Back & Arm Wakana.W	10:30 ~ 11:30 Basic Nazuna.A 12:00 ~ 13:00 Waist Wakana.W 13:30 ~ 14:30 Basic Nazuna.A 15:00 ~ 16:00 Back & Arm Wakana.W		
close	close	close	close	close	close	close	close
		17:30 ~ 18:30 Basic YURIE.H 19:00 ~ 20:00 Back & Arm Nazuna.A 20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning Nazuna.A	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Nazuna.A 19:00 ~ 20:00 Waist Wakana.W 20:30 ~ 21:30 Basic Nazuna.A	17:30 ~ 18:30 Waist Wakana.W 19:00 ~ 20:00 Basic Nazuna.A 20:30 ~ 21:30 Back & Arm Nazuna.A Stretch & Conditioning Chika.U	17:30 ~ 18:30 Basic Chika.U 19:00 ~ 20:00 Back & Arm Nazuna.A 20:30 ~ 21:30 Basic Wakana.W		

*:休講可能レッスン

*:クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細は WEBサイトをご確認ください。

*:ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。

*:レッスン開始時刻1時間前を切ってのキャンセルは時間外キャンセルとなります。

*:時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

pilatesK イオンタウン有松			【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール				2026/01/15 更新	
03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24	
火 10:30 ~ 11:30	水 10:30 ~ 11:30	木 Basic Nazuna.A	金 Waist Wakana.W	土 Basic Chika.U	日 Waist Wakana.W	月 Basic Nazuna.A	火 Stretch & Conditioning Chika.U	10:30 ~ 11:30
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	Back & Arm Wakana.W	Stretch & Conditioning Chika.U	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	13:30 ~ 14:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
13:30 ~ 14:30	Hip & Leg Nazuna.A	close	close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	17:30 ~ 18:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
17:30 ~ 18:30	Stretch & Conditioning Chika.U			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	Waist Basic Chika.U	Back & Arm Nazuna.A	Basic Nazuna.A
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	Waist Basic Chika.U	Back & Arm Wakana.W	Back & Arm Wakana.W
17:30 ~ 18:30	Stretch & Conditioning Chika.U	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	Basic Nazuna.A	Hip & Leg Nazuna.A	Hip & Leg Nazuna.A		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	Waist Basic Chika.U	Waist Basic Chika.U	Waist Basic Wakana.W

pilatesK イオンタウン有松			【 03/25 ~ 03/31 】 スケジュール				03/31	
03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31	03/31	
水 10:30 ~ 11:30	木 Back & Arm Wakana.W	金 Basic Chika.U	土 Waist Chika.U	日 Basic Nazuna.A	月 Basic Chika.U	火 Waist Nazuna.A	10:30 ~ 11:30	
12:30 ~ 13:30	Basic Chika.U	close	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:00 ~ 13:00	
13:30 ~ 14:30	Hip & Leg Nazuna.A		Hip & Leg Nazuna.A	Hip & Leg Nazuna.A	Basic Chika.U	Basic Chika.U	Stretch & Conditioning Chika.U	
17:30 ~ 18:30	Hip & Leg Nazuna.A		Basic Nazuna.A	Basic Nazuna.A	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	13:30 ~ 14:30	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	17:30 ~ 18:30	Back & Arm Nazuna.A	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	Back & Arm Wakana.W	Waist Nazuna.A	
17:30 ~ 18:30	Hip & Leg Nazuna.A		Back & Arm Nazuna.A	Back & Arm Nazuna.A	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:00 ~ 20:00	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	17:30 ~ 18:30	Basic Chika.U	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	17:30 ~ 18:30	Hip & Leg Nazuna.A	

:体験可能レッスン
・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
ご予約されたレッスンがキャンセルされた場合は、1時間前迄にお願いしております。
レッスン開始後はキャンセル料金の半額を請求する場合があります。
※毎回外キヤンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。